

RICCL



新春キャンペーン特典①!

カード発行手数料OFF

期間中にご入会された方全員が対象となります!

新春キャンペーン特典②!!

家族会員ご入会の方

→ 回数券11枚綴りプレゼント

※通常5,500円の回数券が無料!!!

特別個人会員ご入会の方

→ 金券2,000円分プレゼント

※金券はリックル内でのみご利用出来ます。

ジュニア会員ご入会の方

→ ご家族様施設ご利用券3枚プレゼント

※通常一回利用料550円頂いています!!!

-Information-

施設有料体験実施中!

ご要望にお応えしてご見学・施設
体験を随時実施いたします。

ご家族・ご友人等、ご一緒にぜひお越し
ください。詳細お問合せはお電話または
フロントにて承ります。

スタッフ一同心よりお待ちしております。

お問合せは【857-2000】で承ります。



イベント情報



リックルでは様々な計画をしています☆



コーチ達と色んな
思い出を作ろう!

- ・サマーキャンプ
- ・スキーキャンプ
- ・ラフティング
- ・水泳記録会
- ・ハイキング

などなど!!



☆営業時間及び定休日☆

曜日	営業時間	運動施設ご利用時間
月・火・金	10:00~23:00	10:00~22:30
水	9:00~23:00	9:00~22:30
土	10:00~22:00	10:00~21:30
日・祝日	10:00~20:00	10:00~19:30

※毎週水曜日は午前9:00より営業致しております。

※定休日は毎週木曜日

※駐車場は、ジアンタンテの地下駐車場をご利用下さい

1時間無料チケットをフロントにてお渡しいたします。

☆新春特典割引チケット

※切り取ってご利用下さい。

館内使い放題! 成人1日体験チケット ¥550	館内使い放題! 成人1日体験チケット ¥550	館内使い放題! 成人1日体験チケット ¥550	まずはお試しあれ! Jrスクール1回体験券 ¥1,050
フィットネスコミュニティ リックル	フィットネスコミュニティ リックル	フィットネスコミュニティ リックル	フィットネスコミュニティ リックル

☆施設紹介

マシンジム

有酸素マシン、負荷トレーニング機器、ダンベルなどの様々なアイテムをご用意しております。



初心者でもご安心！スタッフがマシンのご利用方法からトレーニングの方法までご説明いたします☆

プール

水中でのエクササイズは膝や腰への負担が少なく、生活では困難な運動でもバッチシ



アクアピクスや肩こり・腰痛予防運動など、水の特性を活かしたレッスンを展開しています！

施設紹介

- ・マッサージチェア
- ・更衣室内サウナ
- ・更衣室内お風呂



☆料金案内

	月会費	詳細・内容
家族会員	¥8,000	ご家族の方、何名様でも左記の登録料金となります。 ※要別途利用料
特別個人会員	¥11,000	左記の料金で施設の利用可能になります。
Jrスイミング		子供を対象とした内容になります。
週1回	¥7,300	木曜、日曜を除く実施プログラムに参加可能になります。
週2回	¥8,900	

☆おすすめ有料プログラム

パーソナルトレーニング

カウンセリング+トレーニング指導

30分 3,150円

60分 6,300円

カウンセリング+トレーニング指導+ストレッチ施

60分 6,300円

90分 9,450円



パーソナルストレッチ

カウンセリング+施術(各種障害予防)

部位別【肩/腰/脚】 10分 1,050円

上半身/下半身 20分 2,100円

全身 30分 3,150円

60分 6,300円



中国推拿ボディケア

部位別【腰/背/脚】 10分 1,050円

上半身【背中・肩】 20分 2,100円

全身【背中・脚】 20分 2,100円

全身【背中・脚・肩】 40分 4,200円

パーソナル推拿ストレッチ

カウンセリング + 施術

60分 6,300円



成人水中パーソナル

30分 2,100円(税込)~

1レッスン 1名 2,100円(税込)

2名 4,000円(税込)

3名 5,700円(税込)



サーキュエッセンスヨガ

業界初プログラム

0レッスン日 金曜日14:30~15:00 土曜日 12:15~12:45



機能性の香水(サーキュエッセンス)を取り入れて脳を活性化させながらヨガを行います。プロスポーツ選手も導入している機能性香水を利用した業界初プログラムをリッカルにていち早く体験して下さい！